

РАСКРАСКА

12 ДРАКОНОВ ЗДОРОВЬЯ

СОБЕРИ СИЛУ ДРАКОНОВ



Всемирная организация
здравоохранения
Беларусь



ЧИСТЮЛЯ

Я Чистюля — у меня самые чистые лапки на свете! Я могу запускать пузыри, в которых микробы теряются!



Привычка:
моет лапки с мылом 30 секунд.

Суперсила:
микробы его боятся и разбегаются!

Как получить силу дракона:
мой лапки с мылом — и ты
станешь невидим для микробов!

Скачать раскраску:



Я Обнимаю. Когда кто-то грустит —
я рядом. Я умею порадовать даже
в пасмурный день!



Привычка:

делится чувствами и понимает
эмоции других.

Суперсила:

умеет превращать тучи грусти в
тёплый свет.

Как получить силу дракона:

расскажи, что ты чувствуешь —
и пусть станет легче.
Все чувства важные!



Скачать раскраску:



ЗДОРОВЫЕ
ГОРОДА И ПОСЕЛКИ

ЧИСТОЗУБКА



Я Чистозубка —
мою улыбку видно
даже в темноте!
Ей я отпугиваю
кариесных монстриков!

Привычка:
чистит зубы утром и вечером.

Суперсила:
улыбка, которая видна издалека!

Как получить силу дракона:
чисти зубы утром и вечером —
и побеждай кариес каждый день!

Скачать раскраску:



ЧАСОЛАП



Привычка:

живёт по расписанию — вовремя ложится и просыпается.

Суперсила:

всё делает вовремя и успевает даже побездельничать!

Как получить силу дракона:

хочешь больше свободного времени? Соблюдай режим дня, чтобы успевать и учиться, и играть!

Скачать раскраску:





ИГРУЛЬКА



Я Игрулька — гуляю
каждый день! У меня
на улице начинается
настоящее приключение!

шепчущий лес

гора драконов

мост через лаву

песчаная крепость

болото прыгунов

Привычка:

гуляет каждый день и
придумывает новые игры.

Суперсила:

знает сто уличных игр и умеет
звать --друзей веселиться.

Как получить силу дракона:

гуляй каждый день и узнавай свой город,
в котором можно играть в тысячу игр!



ЗДОРОВЫЕ
ГОРОДА И ПОСЕЛКИ



Скачать раскраску:



З

А

Р

Я

Д

О

И

Привет, я Зарядон!
С утра я как пружинка:
подпрыгнул, потянулся, —
и уже готов играть
весь день!



Привычка:

делает зарядку, много прыгает,
бегает и скачет каждый день

Суперсила:

прыгает выше всех, не устаёт
ни капли!

Как получить силу дракона:

каждый день двигайся — бегай,
танцуй, играй для ловкости и силы!



Скачать раскраску:



ЗДОРОВЫЕ
ГОРОДА И ПОСЕЛЕНИЯ

БЕЗОПАСИКУС



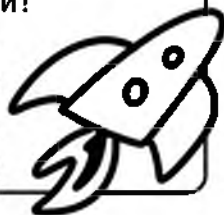
Я Безопасикус!
В машине я не
просто пассажир.
Я пристёгиваюсь как
капитан корабля!

Привычка:
всегда пристёгивается ремнём
безопасности.

Суперсила:
не ёрзает и не падает — готов к
любым виражам!

Как получить силу дракона:
пристегни ремень — и ты включаешь
защиту как настоящий герой!

Скачать раскраску:



ШЛЕМИКС



Привычка:

всегда надевает шлем и выбирает безопасный маршрут.

Суперсила:

в шлеме и броне получает +100 к уверенности и безопасности.

Как получить силу дракона:

надень шлем, выбери безопасный маршрут — и ты готов к любым виражам! Смелость начинается с безопасности.

Скачать раскраску:



ЗДОРОВЫЕ
ГОРОДА И ТЕРРИТОРИИ

НЯМКА



Я Нямка!
Моя тарелка —
как радуга: и
брокколи, и рыба,
и гречка, и банан.
Очень люблю
овощи и фрукты —
5 разных в день!

Привычка:

ест разную еду — мясо, кашу, орехи
и много-много овощей и фруктов.

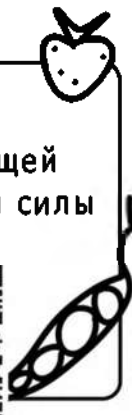
Суперсила:

такая сильная, что однажды
подняла три огромных арбуза сразу!

Как получить силу дракона:

ешь разную полезную еду, 5 овощей
и фруктов каждый день — и твои силы
тоже вырастут!

Скачать раскраску:



СМЕЛЫШКА

Я Смелышка! Не боюсь уколов,
потому что знаю — они делают
меня крепкой и здоровой!

Привычка:
делает прививки, не боится уколов.

Суперсила:
после прививки крепкий иммунитет
работает как суперщит от вирусов
и бактерий.

Как получить силу дракона:
прививка как волшебный барьер.
Сделай её вовремя — и будешь в
миллион раз сильнее всех угроз!

Скачать раскраску:



БУЛЬК

Бульк – это я!
Пью воду — и
превращаюсь в
реактивного дракона.
Газировку? Пфф!
От неё только ещё
больше пить хочется!



Привычка:
пьёт много чистой воды.

Суперсила:
может играть целый день
без усталости!

Как получить силу дракона:
пей чистую воду, и ты сам станешь
фонтаном энергии!

Скачать раскраску:



Привет, я Кликки! Люблю мультики
и игры в планшете, но знаю одну штуку:
если слишком долго сидеть в них —
глаза устают, а хвост превращается в камень!
Поэтому устраиваю «движ-перемены»:
немного игр в телефоне — и на улицу играть!



Привычка:

сам замечает, когда пора встать, потянуться, побегать или просто поиграть без экрана.

Суперсила:

одним движением лапы переключается из цифрового мира в реальный.

Как получить силу дракона:

чередуй гаджеты и активности: поиграл в телефоне — погуляй на улице, посмотрел мультфильм — поиграй без экрана.

Скачать раскраску:



Скачать раскраску
можно тут:



Больше о проекте
"Здоровые города
и посёлки":



Всемирная организация
здравоохранения
Беларусь

